

ПАМЯТКА АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Формы и методы антинаркотической профилактической работы с несовершеннолетними

Для работы с подростками эффективнее использовать групповые методы. Участвуя в групповых формах, подросток учится:

- устанавливать доверительные отношения со сверстниками,
- преодолевать конфликты, жизненные трудности безопасными путями,
- чувствовать эмоциональное состояние другого человека, раскрывать свои индивидуальные и творческие возможности,
- действовать в критических ситуациях, сотрудничать, работая в коллективе.

Групповые методы помогают детскому коллективу:

- создать зону эмоционального комфорта,
- установить доверительную, дружелюбную атмосферу,
- найти каждому свое место в группе сверстников.

Человек усваивает информацию быстрее, если обучение проходит интерактивно: когда он имеет возможность одновременно с получением информации обсуждать неясные моменты, задавать вопросы, тут же закреплять полученные знания, формировать навыки поведения. Такой метод вовлекает участников в процесс обучения, а сам процесс становится легче и интереснее.

Интерактивные формы универсальны в профилактической работе, как с детьми, так и с родителями и педагогами.

Лекция наиболее быстрый способ предоставления необходимой информации неограниченному количеству слушателей. Лекция позволяет обеспечить целостность и логичность изложения, сжато дать информацию о проблеме. Недостатком этого метода является то, что лекция ставит участника в пассивную позицию слушателя. Во время чтения лекций трудно учесть потребности, мнения, чувства слушателей и степень их готовности к восприятию информации; невозможно развить какой-либо новый навык, умение. Необходимо помнить, что из услышанного усваивается только 5 % информации.

Беседа предполагает, что ведущий задает участникам вопросы, а не просто излагает информацию. Таким образом, свой рассказ ведущий строит на встроено ответном методе: вопрос ведущего - ответ слушателей - комментарии и корректировка ведущего. Это позволяет сделать процесс информирования преемственным опирающимся на имеющиеся знания слушателей, но изучаемому вопросу. Кроме того, комментарии ведущего позволяют удерживать внимание слушателей, тем самым процент усвоения информации при использовании этого метода повышается.

Чтение - хорошо забытое многими молодыми людьми занятие. Может происходить в одиночку или в компании, но не позволяет достичь глубокого усвоения информации. Можно прочитать о том, как преодолевать стресс, но не суметь этим методом воспользоваться. Необходимую на занятии информацию лучше размещать на карточках для индивидуальной или групповой работы.

Аудиовизуальные средства. Люди любят смотреть кино, слушать радио. Поэтому просмотр или прослушивание интересного материала - замечательный способ для эмоционального переживания информации. Чтобы повысить степень усвоения, нужно обязательно подготовить вопросы, обсудить просмотренный

фильм. Видеоматериалы (фильмы, мультфильмы) программы «Здоровое будущее детей» используются как стимул для дискуссий и упражнений.

Использование **наглядных пособий**. Применение наглядных пособий помогает участникам запоминать и усваивать информацию всеми каналами восприятия: зрением, слухом, осязанием и обонянием. Наглядные пособия для занятий могут быть самого разного рода: диаграммы, слайды, макеты, модели, раздаточный материал, буклеты, плакаты.

«Фокус-группа» - это форма рассчитана на работу с группами. Она дает возможность исследовать мнения, настроения, установки участников, степень понимания проблемы и пути ее решения.

Результаты таких исследований важны для ведущего. Но в такой же мере они важны и для самих участников, потому что позволяют им прояснить свои мнения и суждения, их причины, а также понять других.

Дискуссия - эта форма рассчитана на работу с группами (учащиеся одного класса). Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями.

Часто дискуссия принимает острый характер (когда заявляемая проблема касается жизненных принципов и личных переживаний участников), и стороны не достигают единодушия. Но такая дискуссия может подвигнуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. У подростков эти споры проходят более жарко, чем у взрослых, но и свое мнение они меняют более легко. Чтобы спор не вышел за пределы тренинга, ведущему нужно подытожить рассуждения всех сторон и обсудить сходство и различие позиций.

Мозговой штурм - это форма группового мышления и эффективный способ решения проблем. Может проводиться и в малых, и в больших группах. Этот метод хорош тем, что помогает демократично и ненавязчиво обсуждать многие проблемы. Он также помогает определить уровень знаний и основные направления интересов участников группы. Собранная информация может служить основой для более глубокой содержательной работы и дискуссий. Если дискуссия отвечает на вопросы: Что происходит? Почему? Зачем?, то мозговой штурм дает возможность ответить на вопросы: Что именно делать? Как? Когда? Кто?

Цель - выдвинуть как можно больше идей в ограниченный интервал времени, спланировать их осуществление.

Люди поддерживают те проекты и решения, в которые вложили собственные идеи, творчество и воодушевление.

Ролевые игры представляют собой небольшие, произвольного характера сценки, отражающие варианты жизненных ситуаций, в которых участники играют роль какого-то персонажа. Люди меньше смущаются, когда нужно высказаться по тем или иным вопросам или выразить свои чувства от лица выдуманного героя.

Полезная сторона ролевой игры - тренировка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники. Например, неплохо попробовать обыграть вариант покупки презервативов в аптеке или ситуацию, когда компания «друзей» уговаривает попробовать наркотик. Подготовка молодых людей к встрече с подобными ситуациями в жизни позволит им заранее обрести ряд навыков, помочь ответить отказом на реально опасное предложение.

Обучение других - это эффективная форма обучения, позволяющая усвоить максимум знаний и навыков. Именно такая форма обучения в большей мере

формирует мировоззрение и приверженности обучающегося. Обучение других - самая активная форма передачи и усвоения знаний, навыков, умений, потому что транслируется и сам механизм «передачи усвоения».

Методические рекомендации для педагогов по использованию в работе с несовершеннолетними информационной модели профилактики злоупотребления психоактивных веществ

Информационная модель. Основа - представление о том, что информирование человека о негативных последствиях приема психоактивных веществ для здоровья и социального благополучия позволяет предотвратить их употребление. Предполагается, что, если человек знает об опасности для здоровья определенного стиля поведения, он начнет относиться к такому поведению отрицательно и стремиться от него воздерживаться. Соответственно, если человеку известно, что определенный образ поведения полезен для здоровья и благополучия, то знание об этом с необходимостью сформирует положительное отношение к данному образу поведения, мотивацию к сохранению здоровья и безопасному поведению, позволит в случае необходимости изменить поведение. В информационной модели также широко используются трагические примеры из жизни людей, злоупотреблявших алкоголем и наркотиками, описания фактов деградации их личности и разрушения здоровья.

Информационная модель традиционно реализуется с опорой на эффект запугивания, сознательного вызывания страха. Однако, данный эффект имеет как существенные ограничения, так и *негативные последствия*:

1. Эффективность сильного страха, если и может быть высокой, то всегда кратковременна.

2. Трансляция знаний о ПАВ может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.

3. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторых сферах рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека, поэтому предпочтительнее обсуждать проблемы, связанные с употреблением ПАВ, с медицинскими работниками и психологами, которые лучше владеют информацией по данной теме.

Изучение возможностей использования феномена страха для деструкции нежелательных и формирования желательных установок выявило, что слабая и средняя интенсивность запугивающей информации больше влияет на поведение, чем сильная, которая способствует принижению значимости или даже отрицанию угрозы. Эффективность сильного страха если и может быть высокой, то всегда кратковременна. Запугивание может вызвать некоторые аффекты (тревога, депрессия и т.д.), которые в свою очередь рассматриваются как факторы индивидуального риска приобщения к злоупотреблению ПАВ.

Другое ограничение информационного подхода связано с содержанием и объемом информации. Трансляция знаний о психоактивных веществах может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.

Несмотря на все ограничения, значение информации для формирования поведения человека огромно. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторой сфере рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека. Своевременно

полученная информация может мотивировать человека на приобретение новых жизненно важных навыков и выступить основой принятия решений об изменении поведения.

Содержание информационных сообщений, направленных на профилактику злоупотребления ПАВ, включает в себя несколько блоков. Целесообразность и объем включения того или иного блока определяются, исходя из анализа целостной ситуации профилактического воздействия: вид профилактики, ее уровень, адресат (целевая группа), источник информации и др.

Первый блок: информация о ПАВ (только для специалистов, осуществляющих антинаркотическую профилактическую работу): группы (виды), способ изготовления, способ употребления, эффекты употребления.

Второй блок: информация о формировании зависимости, о токсикомании, алкоголизме и наркоманиях как заболеваниях, их последствиях для здоровья и личностного благополучия.

Третий блок: информация о факторах риска злоупотребления ПАВ.

Четвертый блок: информация о навыках и способах, позволяющих избежать вовлечения в злоупотребление ПАВ, возможностях альтернативного удовлетворения мотивов, приводящих к употреблению ПАВ.

Пятый блок: информация об организациях, службах, которые могут оказать помощь в решении проблем, связанных со злоупотреблением ПАВ (консультативную, социальную, реабилитационную).

Эффективное использование информационной модели в антинаркотической профилактике, помимо серьезного отбора содержания информационного профилактического сообщения, требует проработки еще ряда важных аспектов:

- кто является источником информации? (источник информации, коммуникатор);
- на что должна быть ориентирована информация? (уровни, эффекты и последствия информационного влияния);
- как должен быть организован процесс информационного влияния? (принципы и технологии убеждающей коммуникации);
- кого информировать? (адресат, целевая группа, ее возрастные особенности, представления, стереотипы).

Примерные требования к эффективным профилактическим информационным сообщениям:

1. Информация должна быть объективной, научной, правдивой.
2. Информационные сообщения должны демонстрировать, что риск быть втянутым в употребление наркотиков, риск формирования зависимости существует не для каких-либо особых категорий людей, а для каждого конкретного учащегося (это личный риск, а не риск «вообще»).
3. Информация имеет непосредственную и очевидную для молодых людей связь с реально существующими у них потребностями (отношения со сверстниками, лицами противоположного пола, повышение социального статуса, достижение материального благополучия др.).
4. Информация позволяет пересмотреть старые и сформировать новые правильные представления о здоровом образе жизни и отношении к ним.
5. Информация носит упреждающий характер, т.е. информирование должно опережать на 2-3 года возрастное столкновение проблемой.
6. Информация не носит чрезмерно запугивающий характер. Запугивающая

информация должна сопровождаться рекомендациями по целесообразным практическим действиям: каким образом может быть изменено поведение, чтобы избежать опасности.

7. Информационные сообщения должны выделять не столько отдаленные опасности и негативные следствия употребления ПАВ, сколько непосредственные, сразу заметные и лично значимые.

8. Акцент следует делать не столько на негативных последствиях неправильного образа поведения, сколько на тех преимуществах, которые приносят конкретные формы здорового образа жизни, целесообразно описывать «правильные» (здоровые) модели поведения.

9. Информационные материалы должны укреплять у учащегося уверенность в эффективности использования рекомендуемых форм поведения и собственных возможностей их освоения и реализации.

10. Информация должна быть изложена на языке, доступном людям соответствующего возраста и культурного уровня.

11. Информация должна излагаться авторитетным (компетентным) в рассматриваемой проблеме специалистом.

12. В информационном воздействии следует избегать морализаторства и назидательности.

Эффекты информационного влияния:

- изменение представлений аудитории, формирование более пристального внимания к проблеме;
- обеспечение большей восприимчивости аудитории и более серьезного отношения к аналогичным сообщениям в дальнейшем;
- пробуждение интереса к информации на данную тему и поиск этой информации; стимулирование обсуждения данной темы с близкими людьми, обращения к специалисту;

подкрепление уже существующих позитивных установок и поведения, поддержка уверенности в правильности выбранного образа поведения, формирование иммунитета к негативному влиянию.